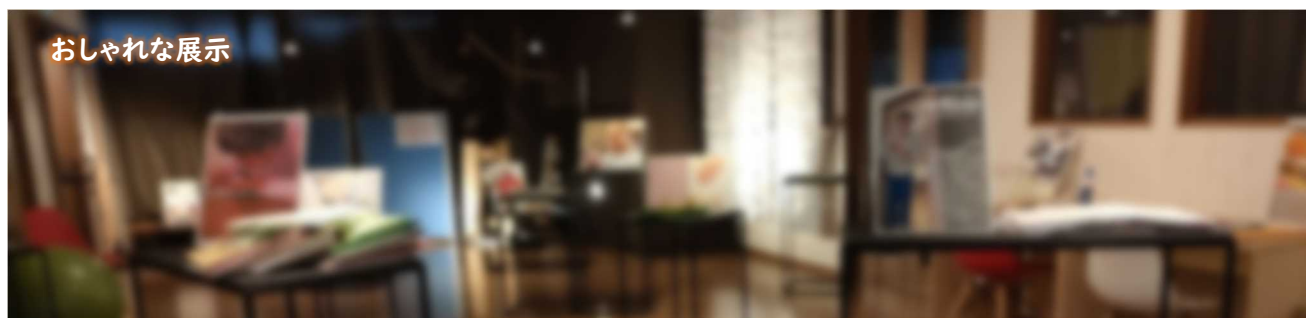


余暇を考えよう “おらんど展～season2～”

去る12月3日(土)、4日(日)に「ALL Round.おらんど展～season2～」が開催されました。

これは、社会福祉法人ほほえみの施設「おらんど」が主催したものです。おらんどは、障害の重い方のほか、一般企業をリタイヤした方も利用している生活介護施設です。幅広い年齢層(50才以上も)の利用者さんの力作ばかりです。本校卒業生の作品も多数展示してありました。

進路だより(第8号)にも掲載しましたが、卒業後の余暇はとても大切です。外出だけでなく、様々な作品づくりに取り組むのも素晴らしい余暇です。作品作りといっても難しいことはありません。例えば「黒い紙をちぎって目をつけて“真っ黒くろすけ”」とか「ひたすらクレヨンで色を塗り重ねる」「爪楊枝を積み重ねて立体作品を作る」等、楽しみながらできることでOKです！休みの日に一人でやっている楽しみはすでにあるかもしれません。その延長線上にも卒業後の余暇があります。家族の負担が無く続けられるやり方(準備、楽しむ、片付けまで一人でやる)を目指しましょう。



卒業生の一人に話を聞きました。休日には、さくら野近くの「快活クラブ(ネットカフェ)」や弘前駅前の「時遊館(カラオケ)」を利用しているそうです。「わざわざ給料からお金払って？」と聞くと「自分の部屋がないから、快活クラブに行って一人で過ごすんだ」と話してくれました。



時遊館(カラオケ)は、コロナ禍以前は校外学習先の1つにもなっていました。ただ、校外学習は学級単位で年に数回で、行き先も様々ですからじっくり慣れることはできません。気になる施設は家族や友だちと何度か利用し、予約、受付、支払いまで練習しておくことで可能性が広がります。

卒業生の休日の過ごし方を聞くことで、一人の時間は健康で充実した生活を送るために、とても大切だと改めて感じました。

余暇を考えよう “福祉施設の行事や旅行”

福祉施設(主にB型)では、学校時代より回数は減りますが、旅行に行ったり忘年会等の行事をしたりといった機会があります。

旅行には多数の参加者に職員数名が同行します。写真のような集団では個別対応の頻度は当然少なくなるでしょうが、身だしなみ、食事、トイレ、集団行動等を一人でだいたいできれば大丈夫でしょう。

卒業後の長い人生。充実した時間を過ごすためには、みんなと一緒に行動できる場面を増やすと共に、一人でできることや過ごせる時間・場面を増やすための日々の積み重ねが大切になってきます。

